

1. 必需品	
<input type="checkbox"/> パスポートとパスポートコピー	パスポートの有効期限は、渡航国・取得するビザの種類によって異なるため、事前にご確認ください。万一紛失した際に備えてコピーを準備しておくといでしょう。
<input type="checkbox"/> 航空券	原則、往復の航空券が必要ですが、渡航国・ビザの種類によっては片道でも可能な場合もあるため事前にご確認ください。Eチケットの場合は必ずコピーをお持ちください。
<input type="checkbox"/> ビザ関連書類	フィリピンでは基本的に事前にビザを申請しておく必要はないですが、通常と異なるビザを申請される方は関連書類を持参ください。
<input type="checkbox"/> 空港出迎え案内	空港での待ち合わせ場所や緊急連絡先などを掲載していますので、弊社からお送りした空港出迎え案内をお持ちください。
<input type="checkbox"/> 滞在先資料	入国カードに記載を求められます。必ずプリントアウトし手荷物として持参しましょう。
<input type="checkbox"/> 海外旅行保険証	海外旅行保険の加入は原則おすすめしております。保険証書を携行していないと保険の適用ができない場合もございますので、必ず海外旅行保険契約証を持参ください。
<input type="checkbox"/> 現金（フィリピン・ペソ）	学校に到着後、またはオリエンテーションで両替所の案内があります。その前に現地でお金を使う機会はあまりないですが、念のため日本の空港かフィリピンの空港にて小額両替しておく安心です。
<input type="checkbox"/> 現金（日本円）	留学期間によって必要なお金は変わってきますが、少なくとも事前に現地での支払い費用を確認して、その分の両替をできる日本円は持参しましょう。
<input type="checkbox"/> クレジットカード	クレジットカードは現地の大型スーパーや、レストランなどで使えます（小さなお店では使えない場合もあります）。長期滞在の方は持参することをおすすめします。
<input type="checkbox"/> 国際キャッシュカード	国際キャッシュカードはPlusかCirrusのマークのついたカードを用意してください。現地ATMで現地通貨の出金が可能です。（手数料がかかります。）
2. 電子機器	
<input type="checkbox"/> スマートフォン	学校内では基本的に無料のWi-Fiが使用可能です。ただし、速度が速くない場合もあるので、それを不便に感じる方や学校の外でも常にインターネットを利用したい方は、SIMフリーの端末を持参し、現地のSIMカードを利用しましょう。
<input type="checkbox"/> ノートパソコンまたはタブレット端末	学校、寮では基本的にwifiが使える所が多いので、多くの生徒さんはパソコンや、iPadなどのタブレット端末を持参しています。（現地で購入すると高額になります。）
<input type="checkbox"/> ポケットWiFi	SIMフリーのスマートフォンを所持していない場合は、現地で利用可能なポケットWi-Fiがあると便利です。事前にレンタル、現地でも購入が可能です。
<input type="checkbox"/> 電子辞書	授業中、自習中、ともに必須アイテムです。
<input type="checkbox"/> カメラ	スマートフォンのカメラ機能を利用している生徒さんも多いです。学校で出来た友達と観光に行く機会もあると思いますので、是非ご持参ください。
<input type="checkbox"/> コンセント変換プラグ	日本の電気製品を持参される場合、海外ではコンセントの形状が異なる場合があります。渡航予定国のコンセントプラグ形状を確認し、対応しているコンセント変換プラグを持参しましょう。
<input type="checkbox"/> 延長コード	滞在部屋のコンセントの数が限られている場合もあるため、延長コードやタコ足コンセントがあると便利です。
<input type="checkbox"/> 変圧器	留学生がよく持っていくようなパソコンやカメラ、携帯電話は変圧器を使用しなくてもほとんどが国際対応で使用可能です。しかし、ヘアードライヤー・アイロンなどは変圧器を使用するか海外対応のものをご用意ください。
<input type="checkbox"/> 各種充電器	スマートフォンやパソコンの充電器は変圧器を利用しなくても基本的に使用可能です。忘れずに持参しましょう。
<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	外出時にスマートフォンやポケットWi-Fiの充電がなくなった場合に備えて、念のため持ってしておく安心です。
3. 勉強道具	
<input type="checkbox"/> 筆記用具	現地でも購入可能ですが、日本のものより質が劣るため、日本から持参することをおすすめします。
<input type="checkbox"/> 日本語の英語参考書	基本的に学校で使用するテキストは英語になります。単語帳や文法書など基本を学習する方は日本語の参考書を持参するとよいでしょう。

4. アメニティ・コスメ・薬

- アイマスク・耳栓・ブリーズライト 複数人部屋に滞在する方で、睡眠が気になる方は持参するとよいでしょう。
- シャンプー・トリートメント・石鹸 現地調達も可能ですが、日本と同じ製品が手にはいらないことも多いので、こだわりがある方は日本から持参しましょう。
- 洗顔フォーム・化粧品 現地でも購入可能ですが、割高になることもあるので日本から持参するのがおすすめです。
- トイレトペーパー 現地で購入できるもので問題ないですが、現地到着初日用に1ロールは持参すると安心です。
- ボディーペーパー フィリピンは常夏なので、汗をかきやすい人はあると便利です。
- 目薬 1日中勉強することになるので、目が疲れたときにあるとよいです。日本から持参することをおすすめします。
- コンタクトレンズと洗浄液 普段コンタクトレンズを使っている方は留学期間分量のコンタクトレンズを持って行く事をおすすめします。
- 生理用品 現地でも購入可能ですが、品質は日本の方がよいです。
- 歯ブラシ、歯磨き粉 現地でも購入可能です。飛行機内や、到着初日での利用も考えてトラベル用のセットを持参すると便利です。
- ウェットティッシュ 外食する際になどに持参すると良いです。現地でも購入可能です。
- サプリメント ビタミン剤や食物繊維の不足対策におすすめです。フィリピンでは野菜を食べる習慣が日本よりないため、栄養が偏りがちです。
- のど飴 留学中は普段より（英語を）話す機会が多くなります。中には喉を痛める方もいらっしゃるの、のど飴を用意しておくといいです。
- リップクリーム 現地でも購入可能ですが、こだわりがある方は日本から持参しましょう。
- ハンカチ、マスク 交通量の多い地域では、日本と比べ空気がよくないこともあります。喉が弱い方や気になる方はマスクなどをしましょう。
- 耳かき、綿棒 現地でも購入可能ですが、こだわりがある方は日本から持参しましょう。
- 常備薬 フィリピンの食事や水が合わずお腹を下す方も多いため、胃腸薬はあると良いです。その他処方されている常備薬があれば持参をおすすめします。
- 爪切り 長期間留学される方は必須です。
- 日焼け止め 海に行かれる方などはあるといいでしょう。現地でも購入可能ですが、成分に不安のない日本製品が安心です。
- 手鏡 寮の洗面所に鏡がついていることが多いですが、複数人部屋に滞在する方はあると便利です。
- 海外対応のドライヤー 日本製のドライヤーを使う場合は、変圧器が必要となります。海外対応のドライヤーも空港や現地で売っているので、そちらを利用することも可能です。
- 髭剃り 電動シェーバーを持参する場合、対応電圧を事前に確認しましょう。場合によっては変圧器が必要になります。
- カミソリ 日本製の品質にこだわりたい方は持参しましょう。

5. 衣類

- Tシャツ 基本的に1週間分あれば十分だとは思いますが、着替えの機会が多い方は多めに持っていか現地で購入しましょう。
- カーディガン/パーカー等 フィリピンの室内は冷房が効いていて、半袖では寒い場合があります。普段半袖で過ごしていても寒い時に羽織れるものが1枚あるとよいです。
- 下着 学校でついているランドリーサービスでは乾燥機を使用する場合もあるため、高価な下着を持参する方は、自分で洗うことをおすすめします。
- 靴下 普段サンダルで過ごす場合は、たくさん持参しなくても良いでしょう。
- タオル 念の為に2〜3枚持って行きましょう。現地購入も可能です。
- 靴・サンダル フォーマルな靴を必要とする場面は少ないです。普段はサンダルで過ごす方も多いため。
- 帽子・サングラス 日差しが強いエリアへ渡航される方は持参すると良いでしょう。
- 水着 プールやマリンスポーツ用に持っていくと良いです。
- メガネ 普段コンタクトを利用している方でたまにメガネを忘れる方がおりますので、忘れずに持参しましょう。
- 小型アイロン Yシャツなどを着る方はあると便利です。現地のクリーニングでもきれいに畳んだ状態で返ってきますが、不安な方はご自分でやるのがいいでしょう。
- 洗濯用品（洗剤、洗濯ばさみ、ハンガー、洗濯ネット） フィリピンの学校では洗濯サービスがついていることがほとんどですが、下着やお気に入りの服など自分で洗濯をしたい方は持参をおすすめします。

6. 食品

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> インスタント日本食 | フィリピンの学校は食事がついているのが基本です。現地の食事に飽きることもあるので、ふりかけやインスタントの味噌汁、お茶パックなど持参すると良いです。 |
| <input type="checkbox"/> インスタントコーヒー | フィリピンのインスタントコーヒーは砂糖入りの物が多いので、授業の合間に無糖のコーヒーを飲みたい方は日本から持参すると良いです。フィリピンにはカフェはたくさんあるので、いろいろなカフェに足を運んでみるのもいいでしょう。 |
| <input type="checkbox"/> タンブラー・水筒・コップ | 学校内にはウォーターサーバーがあるので、コップやタンブラーがあると便利です。 |

7. その他便利なグッズ

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ラゲージチェッカー | 飛行機に乗る際の荷物の重さを事前に測るのに便利です。特にLCCを利用される方は事前に確認することをおすすめします。 |
| <input type="checkbox"/> (目覚まし) 時計 | 寮の部屋には時計があるとは限りません。目覚まし機能付きの時計があると良いです。 |
| <input type="checkbox"/> 折りたたみ傘 | フィリピンでは(特に雨季の時期では)一時的なスコールが降ることがあるので、折りたたみ傘があると便利です。雨が降らない日でも日傘としても利用できます。 |
| <input type="checkbox"/> ショルダーバッグ(サブバッグ) | 外出の際は貴重品をポケットに入れておくとスリに合う可能性があるので、バッグに入れて持ち歩きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 虫除け、蚊よけ | 学校によっては部屋の中に蚊が出ることもあるので、室内用の虫除けがあるとよいでしょう。また外出時用に虫除けスプレーやかゆみ止めがあると安心です。 |
| <input type="checkbox"/> 旅行ガイドブック | インターネットでも情報収集可能ですが、現地の観光スポットやレストランなどを探す際に1冊あると便利です。 |
| <input type="checkbox"/> うちわ・扇子 | 学校の教室などでは冷房が効いているので使う場面は多くないですが、部屋でエアコンを使わない場合や外出する際にがあると便利です。 |
| <input type="checkbox"/> 携帯用ウォシュレット | フィリピンのトイレにはほぼウォシュレットはついていません。気になる方は携帯用ウォシュレットを持っていくと良いでしょう。 |
| <input type="checkbox"/> スマートフォン防水ケース | 海やプールに行かれる予定がある方はあると便利です。観光地では現地ですべて売っていることが多いです。 |

※当データの無断での二次配布、転載、転用は固くお断りしております。

© 2017 School With Inc. All Rights Reserved.